

# TRAININGSPLAN

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Zeit
09:00		Reha-						09:00
09:30		gymnastik				freies Training	freies Training	09:30
10:00		Fitness-				Standard	Standard	10:00
10:30		gymnastik						10:30
11:00								11:00
11:30						Einzelstunden	Einzelstunden	11:30
12:00								12:00
12:30								12:30
13:00						betreutes freies Training	freies Training	13:00
13:30								13:30
14:00				Babys in Bewegung*	Kinder- garten Grund- schule 1./2. Klasse	D/C		14:00
14:30	ab 14:45 Kinder- garten					betreutes Training	Hip Hop	14:30
15:00		Orientalischer Tanz		Kleine Racker flitzen	Turniereinsteiger / BSW / Jugendcup	B/A/S	Line Dance	15:00
15:30	Grund- schule		Latein				Fortge- schrittene	15:30
16:00			Turnier- einsteiger					16:00
16:30	Schüler (10-12 J.) Turnier- einsteiger BSW / Jugendcup	Hip Hop	Latein D C B A S		freies Training Standard	freies Training Latein	Line Dance Einsteiger	16:30
17:00							10 Tänze Einsteiger	17:00
17:30								17:30
18:00			Latein	Jazz Dance	Zumba Gruppe 2 ab 16.09.2011	Line Dance Fortge- schrittene	10 Tänze Fortge- schrittene	18:00
18:30	Oriental. Tanz	Standard	BAS					18:30
19:00		Jugend	freies Training	Flamenco	10 Tänze	Workshop (nach An- kündigung)	Tanzkreis 2	19:00
19:30		Standard	Standard	Einsteiger, Mittelstufe	Einsteiger			19:30
20:00		Jugend, HGR			10 Tänze			20:00
20:30	Zumba Gruppe 1	u. Senioren	Tanzkreis 3	Flamenco	Fortge- schrittene			20:30
21:00		Late Night		Fort- geschrittene	Tanzkreis 1			21:00
21:30		Einsteiger						21:30

\* Babys in Bewegung: bei Bedarf möglich, bitte Info an Sportwart!

Babys / Kleinkinder (ab 2./ 15. Monat)	Kinder/ Jugendliche	Hobby- gruppe	Turniertanz Standard	freies Training Standard	Turniertanz Latein	freies Training Latein
---	------------------------	------------------	-------------------------	-----------------------------	-----------------------	---------------------------